

**KONSELING PSIKOANALISA UNTUK MENGURANGI *SELF INJURY*
(MELUKAI DIRI SENDIRI) PADA SEORANG KARYAWAN DI
SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Strata Satu Pada
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (S.Sos)



Oleh:

Syahiba Nur Audhia
NIM. B93215088

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2019**

**PERNYATAAN
PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI**

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Syahiba Nur Audhia
NIM : B93215088
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Perum. Wilis Indah 2 Block I6 Kota Kediri

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

- 1) Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
- 2) Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
- 3) Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 24 Juli 2019

Yang Menyatakan,


Syahiba Nur Audhia
NIM. B93215088

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Syahiba Nur Audhia

NIM : B93215088

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Konseling *Psikoanalisa* Untuk Mengurangi *Self Injury* (Melukai Diri Sendiri) pada Seorang Karyawan Di Surabaya .

Skrripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 24 Juli 2019

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,



Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd

NIP. 197311212005011002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Syahiba Nur Audhia ini telah dipertahankan di depan

Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 24 Juli 2019

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,



Dr. H. Abd. Halim, M.Ag

NIP. 196307251991031003

Penguji I,

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd

NIP. 197311212005011002

Penguji II,

Mohamad Thohir, M.Pd.I

NIP. 197905172009011007

Penguji III,

Yasria Ningsih, S.Ag, M.Kes

NIP. 197605182007012022

Penguji IV,

Drs. H. Cholil, M.Pd.I

NIP. 196506151993031005



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Syahiba Nur Audhia
NIM : B93215088
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Dakwah
E-mail address : dheadheo16@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....) yang berjudul :

Konseling Psikoanalisa Untuk Mengurangi *Self Injury* (Melukai Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan di Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Agustus 2019

Penulis

(Syahiba Nur Audhia)

ABSTRAK

Syahiba Nur Audhia, 2019. *Konseling Psikoanlisa Untuk Mengurangi Self Injury (Melukai Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan Di Surabaya.*

Fokus penelitian ini adalah (1) Apa yang menjadi faktor penyebab seorang karyawan di Surabaya mengalami *self injury*?, (2) Bagaimanakah proses konseling *psikoanalisa* dalam mengatasi *self injury*?

Dalam menjawab permasalahan tersebut metode penelitian yang digunakan adalah dengan pendekatan kualitatif dan jenis penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Selanjutnya data yang peneliti dapatkan di lapangan dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif komparatif yaitu membandingkan konsep teori yang sudah dipelajari dengan keadaan lapangan serta membandingkan hasil data yang diperoleh dengan melihat perbandingan keadaan perilaku klien sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan konseling.

Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa kebiasaan *self injury* pada konseli disebabkan karena faktor masa lalu dari konseli yang pernah menjadi korban *bullying* oleh teman – temannya ketika konseli SMP. Proses konseling yang terjadi menggunakan terapi *Psikoanalisa* bertujuan supaya konseli memiliki ego yang kuat dimana konseli mampu menempatkan ego ditempat yang benar yaitu sebagai pihak yang mampu memilih secara irasional dan menjadi mediator antara id dengan superego. Dalam terapi ini peneliti menggunakan teknik analisis transferensi untuk mengetahui perasaan-perasaan yang bergejolak dalam diri klien. Unsur keislaman dimasukan dalam terapi ini berupa metode muhasabah dengan tujuan supaya hati klien diberikan ketenangan dan ketenteraman serta dapat mengontrol emosi yang dirasakannya. Hasil akhir dari penelitian ini, konseli menyadari bahwa kebiasaannya tersebut berawal dari sakit hati konseli sebagai korban *bullying* namun konseli tidak melawan temannya tetapi justru menahan luka itu sendiri sehingga konseli melaukan kegiatan *self injury* dan ketika konseli melakukannya konseli merasa nyaman sehingga kegiatan tersebut secara tidak disadari dilakukan konseli secara berulang dan menjadi sebuah kebiasaan. Setelah konseli mengetahui penyebab dari kebiasaannya kemudian konseli merasa sedikit lega karena emosi dimasa lalunya telah terpecahkan sehingga kebiasaan *self injury* pada konseli mulai berkurang.

Kata kunci : *Konseling Psikoanalisa, Self Injury*

BAGIAN AWAL

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN.....

PENGESAHAN.....

MOTTO

PERSEMBAHAN.....

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....

ABSTRAK.....

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI.....

DAFTAR TABEL.....

DAFTAR GAMBAR

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Konsep.....	7
F. Metode Penelitian	11
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	11
2. Subjek Penelitian.....	13
3. Jenis dan Sumber Data	13
4. Tahap-tahap Penelitian	14
5. Teknik Pengumpulan Data	15
6. Teknik Analisis Data	17
7. Teknik Keabsahan Data.....	18
G. Sistematika Pembahasan	20

BAB III : PENYAJIAN DATA

[illegible]

1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Psikoanalisa untuk Mengurangi <i>Self Injury</i> Pada Seorang Karyawan Di Surabaya.....	65
a. Tahap Pembukaan	66
b. Pengembangan Transferensi	72
c. Bekerja Melalui Transferensi	75
d. Resolusi Transferensi	78
2. Deskripsi Hasil Akhir Pelaksanaan Konseling Psikoanalisa Untuk Mengurangi <i>Self Injury</i> Pada Seorang Karyawan di Surabaya	81
BAB IV : ANALISIS DATA	
A. Analisis Data tentang Proses Pelaksanaan Konseling Psikoanalisa Untuk Mengurangi <i>Self Injury</i> (Menyakiti Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan di Surabaya	84
B. Analisis Data tentang Hasil Akhir Pelaksanaan Konseling Psikoanalisa Untuk Mengurangi <i>Self Injury</i> (Menyakiti Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan di Surabaya	89
BAB V : PENUTUP	
A. Kesimpulan	90
B. Saran	92
BAGIAN AKHIR	
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN	95

Self injury adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri dan individu tersebut melakukannya dengan sengaja dan tidak berniat untuk bunuh diri. *Self injury* merupakan mekanisme *coping* yang kejam dan merusak. Meskipun *self injury* adalah tindakan yang buruk, akan tetapi tindakan tersebut merupakan perilaku yang sering dilakukan kebanyakan orang. Hal ini dikarenakan *self injury* merupakan mekanisme pertahanan bagi individu dan dapat mengakibatkan kecanduan.

Hukum melukai diri sendiri menurut mayoritas para ulama adalah haram. Para ulama berpendapat bahwa perbuatan melukai diri sendiri sama artinya dengan aniaya dimana hanya dapat mendatangkan mudharat tanpa adanya manfaat. Biasanya orang-orang yang

melakukan aniaya terhadap dirinya sendiri memiliki iman yang lemah.

Allah SWT berfirman :

وَمَا ظَلَمْنَاهُمْ وَلَكِنْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ۖ فَمَا أَغْنَتْ عَنْهُمْ آلِهَتُهُمُ الَّتِي

يَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ لَمَّا جَاءَ أَمْرُ رَبِّكَ ۖ وَمَا زَادُوهُمْ غَيْرَ

تَتَذَكَّرُ

Terjemahan: “Dan Kami tidaklah menganiaya mereka tetapi merekalah yang menganiaya diri mereka sendiri, karena itu tiadalah bermanfaat sedikitpun kepada mereka sembahhan-sembahhan yang mereka seru selain Allah, di waktu azab Tuhanmu datang. Dan sembahhan-sembahhan itu tidaklah menambah kepada mereka kecuali kebinasaan belaka.”(Q.S HUUD: 101)²

Self injury terjadi karena individu tersebut ingin mengatasi rasa sakit secara emosional atau hanya untuk menghilangkan rasa kekosongan kronis yang ada pada diri individu tersebut. Dampak terburuk dari *self injury* adalah kerusakan pada jaringan dan bisa terkena salah satu gangguan kejiwaan seperti OCD (*Obsessive Compulsive Disorder*). Oleh karena itu, dianjurkan penderita *self injury* untuk diperiksa oleh dokter spesialis jiwa atau ditangani langsung oleh konselor supaya dapat diberikan tindakan secara langsung berupa konseling. Salah satu terapi dalam konseling yang cocok untuk mengurangi kebiasaan melukai diri sendiri adalah dengan menerapkan konseling Psikoanalisa.

² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah* (kota: penerbit, tahun), hal. 176

Konseling Psikoanalisa merupakan proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien berupa nasihat, anjuran dan pembicaraan untuk bertukar pikiran dimana konselor dalam proses konseling ini meyakini bahwa kepribadian manusia terbesar berada pada dunia ketidaksadaran dan merupakan sumber energi manusia yang sangat penting. Teori Psikoanalisa sangat efektif untuk menyembuhkan klien yang mengalami gangguan histeria, cemas, dan obsesi neurosis. Namun demikian, konseling Psikoanalisa ini juga dapat mengatasi masalah sehari – hari. Berdasarkan pengertian tersebut, terapi ini dirasa sangat cocok apabila diterapkan kepada penderita *self injury*. Hal ini dikarenakan bahwa konseli tidak menyadari alasan apa yang mendasari dirinya melakukan kebiasaan tersebut sejak dahulu.

Konselor akan menerapkan konseling Psikoanalisa dengan menggunakan teknik analisa transferensi, dimana konselor akan menganalisis transferensi semua perbuatan, perkataan konseli, dan data – data yang didapat dari orang – orang disekitar konseli dan berhubungan dengannya. Setelah konselor dapat menganalisis semua data yang telah didapat maka, konselor akan menjelaskan kepada konseli hasil dari analisis tersebut sehingga konseli dapat memahami hasil analisis tersebut. Analisis transferensi sendiri memiliki fungsi membiarkan ego untuk mencerna materi baru dan mempercepat proses menyadarkan hal-hal yang tersembunyi. Kemudian konseli akan melakukan muhasabah diri karena dengan melakukan muhasabah diri dapat membantu konseli untuk

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ

إِنَّ اللَّهَ خَيْرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Terjemahan : *Hai orang – orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (Q.S Al–Hasr:18)*³

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji penelitian terkait masalah tersebut dengan judul : **“Konseling Psikoanalisa Untuk Mengurangi *Self injury* (Melukai Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan Di Surabaya”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan dalam konteks diatas maka fokus penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah :

1. Bagaimana proses konseling Psikoanalisa dalam mengurangi *self injury*?
2. Bagaimana hasil konseling Psikoanalisa dalam mengurangi *self injury*?

³ Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemah (kota: penerbit, tahun), hal. 420

- a. Psikoanalisa adalah sebuah ilmu yang merupakan penemuan terbaru.
- b. Psikoanalisa merupakan teknik yang khusus menyelidiki aktivitas ketidaksadaran atau alam bawah sadar manusia misalnya seperti mimpi yang sebelumnya hampir tidak terjangkau oleh penelitian ilmiah.
- c. Psikoanalisa merupakan metode interpretasi dan penyembuhan gangguan neurosis. Teknik pengobatan ini bertumpu pada metode penelitian tadi.

- a. Id bersifat warisan genetik dan sudah ada sejak lahir. Banyak ahli yang setuju dengan freud, mereka meyakini id bekerja berdasarkan prinsip kesenangan, karena itu menyediakan dorongan menuju pengejaran keinginan pribadi.
- b. Sedangkan ego merupakan sebaliknya, dilihat sebagai satu – satunya unsur yang rasional dalam struktur kepribadian manusia. Ego bekerja dengan melakukan kontak dengan dunia realitas. Oleh

c. Superego mempersentasikan suara hati, beroperasi berdasarkan prinsip mekanisme moral. Superego mempersentasikan kode moral pribadi, biasanya didasarkan kepada persepsi seseorang mengenai moralitas dan nilai masyarakat. Karena perannya ini superego bertanggung jawab memberikan penghargaan seperti rasa bangga dan cinta diri, dan hukuman seperti rasa bersalah dan rendah diri bagi pemiliknya.

[illegible]

2. Self Injury

Self injury adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri, dilakukan secara sengaja dan tidak berniat untuk bunuh diri.⁴ Menurut penelitian dari Endah Kususmawati dkk, *Self injury* merupakan perilaku yang dengan sengaja melukai tubuh sendiri sebagai cara mengatasi masalah emosi dan stres. Mereka melukai diri tidak untuk menciptakan rasa sakit pada fisik, tetapi mereka melakukan hal tersebut hanya untuk menenangkan rasa sakit emosional yang mendalam. *Self injury* merupakan mekanisme *coping* yang kejam dan merusak, namun meskipun *self injury* adalah tindakan yang buruk akan tetapi masih terdapat banyak orang yang melakukannya karena memang mekanisme tersebut bekerja dan dapat menyebabkan kecanduan pada pelakunya. *Self injury* terjadi karena individu tersebut ingin mengatasi rasa sakit yang secara emosional atau hanya untuk menghilangkan rasa kekosongan kronis yang ada pada diri individu tersebut. Dampak terburuk dari *self injury* adalah kerusakan pada jaringan dan dapat terkena salah satu gangguan kejiwaan seperti OCD (*Obsessive*

[illegible]

Tindakan *self injury* yang paling umum dilakukan adalah membuat irisan dangkal pada lengan atau tungkai yang biasa disebut “*cutting*” dan yang melakukannya disebut “*cutter*”. Tidak hanya mengiris bagian tubuh, pelaku *self injury* juga melakukan kebiasaan seperti meninju; memukul atau mencakar diri sendiri; menggigit tangan, lengan, bibir, atau lidah, menggaruk – garuk kulit sampai berdarah; hingga pada level yang lebih ekstrim yaitu memukulkan kepala ke lantai atau tembok; membakar diri atau menyundut rokok ke bagian tubuh yang diinginkan; meracuni diri sendiri berulang – ulang; menusukkan iri dengan benda-benda tajam; mematahkan tulang – tulang mereka sendiri; atau bahkan ada yang hingga mencungkil matanya sendiri.

F. Metode Penelitian

[illegible]

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yaitu pendekatan yang digunakan untuk mendeskripsikan, menggambarkan atau melukiskan secara sistematis, faktual dan akurat tentang fakta-fakta serta sifat hubungan antara fenomena yang diselidiki .⁵ Deskriptif kualitatif merupakan suatu fenomena penelitian yang bertujuan menggambarkan keadaan-keadaan atau fenomena yang telah terjadi dan terdapat arti, baik dari kata-kata tertulis maupun lisan dari orang yang menjadi subjek penelitian. Data tersebut dapat diperoleh dari naskah, wawancara, catatan lapangan, foto, dokumentasi pribadi, catatan atau memo, dan dokumen resmi lainnya yang bisa mendukung penelitian tersebut.

[illegible]

- a. Data Primer, yaitu data-data yang diperoleh dari informan. Adapun data - data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dari informan seorang karyawan di salah satu pusat pembelanjaan di kota surabaya. Klien memiliki kebiasaan menggigit atau merobek kuku jempol jarinya dan kebiasaan tersebut termasuk kedalam kategori *self injury*.
- b. Data sekunder, yaitu data-data yang bersumber dari kepustakaan yang mendukung dan melengkapi data primer yang telah ada. Informasi diperoleh dari pacarnya dan teman – temannya bahwa klien sering juga terlihat melakukan kebiasaan *self injury* tersebut kapanpun itu bahkan kulit jarinya sudah berbeda warna.

Adapun tahapan-tahapan dalam penelitian yang harus dilakukan menurut buku metode penelitian praktis adalah:

- [illegible]

Dalam penelitian kualitatif teknik pengumpulan data sangat penting guna mendapatkan data yang dibutuhkan. Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

Observasi merupakan sebuah pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Dalam penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengamati klien meliputi: Kondisi Klien, kegiatan klien, dan

Pada dasarnya teknik observasi di gunakan untuk melihat atau mengamati perubahan fenomena sosial yang tumbuh dan berkembang yang kemudian dapat dilakukan penilaian atas perubahan tersebut.⁶ Dalam observasi ini Peneliti mengamati klien langsung di kota Surabaya, selanjutnya mengamati kondisi klien, kemudian mengamati bagaimana dia melakukan kebiasaanya tersebut.

Wawancara (Interview) merupakan teknik pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung oleh pewawancara (pengumpulan data) kepada responden, dan kemudian jawaban-jawaban responden dicatat. Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan untuk mendapat informasi mendalam pada diri klien yang meliputi: Identitas diri klien, Kondisi keluarga, lingkungan dan ekonomi klien, serta permasalahan yang dialami

[illegible]

c. Dokumentasi

6. Teknik Analisis Data

⁷ Sugiyono, "Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif", Kualitatif dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2008), hal. 329.

Dalam proses analisis data peneliti melakukan klasifikasi data dengan cara memilih-milih data sesuai dengan kategori yang disepakati oleh peneliti. Deskripsi yaitu metode yang diterapkan untuk mengklasifikasi dan mengatagorikan data-data yang telah terkumpul dalam rangka memperoleh pemahaman Komperhensif. Dalam melakukan analisis data, peneliti menggunakan analisis deskriptif Komparatif. Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini dengan cara membandingkan proses terapi psikoanalisi untuk mengurangi *self injury* secara teoritis dan terapi Psikoanalisa untuk mengurangi *self injury* seorang karyawan.

Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam hal ini peneliti sebagai instrumennya langsung menganalisa data di lapangan untuk menghindari kesalahan-kesalahan yang mungkin terjadi. Oleh karena itu, untuk mendapatkan hasil yang optimal dalam penelitian, peneliti harus mengetahui tingkat keabsahan data, antara lain:

sby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Triangulasi

- 1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
- 2) Membandingkan apa yang dikatakan klien dengan apa yang dikatakan oleh teman dan orang – orang disekitar klien begitupun sebaliknya.

KAJIAN TEORITIK

1. Definisi Konseling Psikoanalisa

Milton E. Hahn mengatakan konseling merupakan suatu proses yang terjadi dalam hubungan antara seorang yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya yang disebut klien, dengan seorang petugas profesional yang disebut konselor untuk membantu klien dengan harapan klien mampu memecahkan masalah yang dihadapinya.

ASCA (*American School Counselor Association*) mengemukakan konseling adalah hubungan antara konselor dan klien dengan cara tatap muka. Dalam proses konseling harus ada sikap penerimaan antara konselor dengan klien. Konselor menggunakan pengetahuan dan ketrampilan untuk membantu klien mengatasi masalah – masalah yang

⁸ Samsul Munir, *Bimbingan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah. 2010), hal.10

Konsep konseling yang berakar pada vocational guidance dan dipelopori oleh Frank Parson di Boston tahun 1908, telah berkembang sebagai layanan utama dalam pendidikan. Sebagai salah satu cabang ilmu konseling juga memiliki beberapa pendekatan, salah satunya adalah Psikoanalisa. Bagi seorang konselor pemula mempelajari teori Psikoanalisa merupakan hal yang sangat penting karena menurut Freud teori Psikoanalisa sangat efektif untuk menyembuhkan klien atau pasien yang mengalami gangguan histeria, cemas, obsesi neurosis. Namun demikian kasus – kasus sehari - sehari juga dapat diatasi menggunakan pendekatan Psikoanalisa ini. Pencetus pertama kali teori psikoanalisa adalah Sigmund Shlomo Freud, seorang ahli saraf yang menaruh perhatian pada ketidaksadaran. Menurut Freud kepribadian manusia terbesar berada pada dunia ketidaksadaran dan merupakan sumber energi perilaku manusia yang sangat penting.

[illegible]

- Psikoanalisa menurut sejarahnya memiliki tiga makna yang berbeda. Pertama, merupakan suatu sistem psikologi Sigmund Freud yang secara khusus menekankan peran alam bawah sadar serta kekuatan-kekuatan dinamis dalam pengaturan fungsi *psikis*. Kedua, merupakan bentuk terapi terutama sekali yang menggunakan asosiasi bebas serta berpijak pada analisa transferensi dan resistensi, sering kali dipergunakan untuk membedakan antara pendekatan Freudian

Psikoloanalisa dibedakan menjadi tiga arti yang terdapat pada artikel Freud. Pertama, istilah psikoanalisa dipakai untuk menunjukkan suatu metode penelitian terhadap proses-proses psikis (seperti misalnya mimpi) yang sebelumnya hampir tidak terjangkau oleh penelitian ilmiah. Kedua, istilah ini menunjukkan juga suatu teknik untuk mengobati gangguan-gangguan psikis yang dialami pasien-pasien neurosis. Teknik pengobatan ini bertumpu pada metode penelitian tadi. Ketiga, istilah yang sama dipakai pula dalam arti lebih luas lagi untuk menunjukkan seluruh pengetahuan psikologis yang diperoleh melalui metode dan teknik tersebut. Dalam arti terakhir ini kata “psikoanalisa” mengacu pada suatu ilmu pengetahuan yang di mata Freud betul-betul baru.¹⁰

⁹ Raymond Corsini, *Psikoterapi Dewasa Ini*, (Surabaya: Ikon Teralitera, 2003), hal.1

¹⁰ Sigmund Freud, *Memperkenalkan Psikoanalisa Lima Ceramah*, (Jakarta:

(seperti perbuatan, berpikir, dan merasa) ditentukan oleh motif tak sadar.

2. Teori Kepribadian

Sigmund Freud mengembangkan beberapa teori kepribadian, diantaranya adalah :

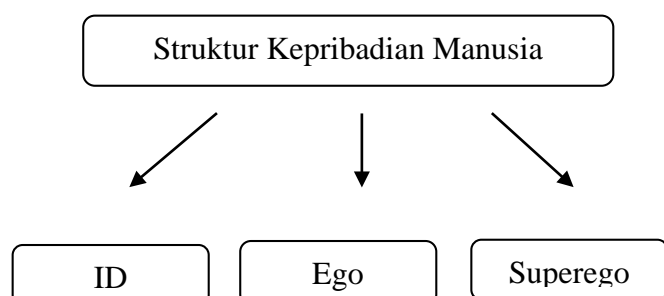
a. Topografi Kepribadian

Teori topografi kepribadian manusia merupakan teori yang menjelaskan tentang kepribadian manusia yang terdiri dari beberapa sub – subsistem dan kepribadian itu berhubungan dengan alam kesadaran. Menurut Freud alam kesadaran terbagi dalam tiga tingkatan, yaitu alam sadar (*Conscious*), alam prasadar (*Preconscious*), dan alam bawah sadar (*Unconscious*).

b. Struktur Kepribadian

Sigmund Freud beranggapan bahwa kepribadian manusia tersusun secara struktural. Dunia kesadaran individu didalamnya terdapat pula subsistem struktur kepribadian manusia yang berinteraksi secara dinamis dan subsistem tersebut adalah id, ego, dan superego.

Gambar 2.1



- ### c. Perkembangan Kepribadian

[illegible]

2) Fase Anal

Setelah makanan dicerna, maka sisa-sisa makanan menumpuk diujung bawah dari usus dan secara refleks akan dilepaskan keluar apabila tekanan pada otot lingkaran dubur mencapai taraf tertentu. Pengeluaran feses menghilangkan sumber ketidaknyamanan dan menimbulkan perasaan lega pada anak. Ketika pembiasaan akan kebersihan dimulai, biasanya selama umur dua tahun, anak akan mendapatkan pengalaman pertama yang menentukan tentang pengaturan

3) Fase Phalik

[illegible]

Tahapan ini berlangsung antara kira-kira usia 6 tahun dan masa pubertas. Merupakan tahap yang paling baik dalam perkembangan kecerdasan (masa sekolah), dan dalam tahap ini seksualitas seakan-akan mengendap, tidak lagi aktif dan menjadi laten.

5) Fase Genital

[illegible]

2) Distorsi

Sebuah pertahan dengan melakukan penyangkalan terhadap kenyataan hidup dengan tujuan untuk menghindari kecemasannya, misalnya seorang mahasiswa yang tidak mau mengakui bahwa dia gagal kuliah meskipun bertahun – tahun tidak lulus.

Adalah tindakan melangkah mundur secara tidak sadar ke fase perkembangan yang terdahulu dimana tuntutan tugas perkembangannya tidak terlalu besar. Regresi merupakan respon yang umum bagi individu bila berada dalam situasi frustrasi. Dengan regresi (mundur) ini individu dapat lari dari keadaan yang tidak menyenangkan, dan kembali lagi pada keadaan yang penuh kasih sayang dan rasa aman atau individu menggunakan strategi regresi karena belum pernah

yang enggan bersekolah karena mengatakan kalau sekolah itu hanya keinginan orang tuannya saja.

6) Sublimasi

Merupakan bentuk penyaluran dorongan – drongan yang tidak dapat diterima secara sosial ke dalam tingkah laku yang lebih dapat diterima secara sosial. Misalnya keinginan berhubungan seksual dengan wanita yang telah dikenal dialihkan menjadi hubungan persahabatan saja.

7) Kompensasi

Adalah tingkah laku menutupi kelemahan dengan jalan memusatkan atau menunjukkan sifat tertentu secara berlebihan karena frustrasi dalam bidang lain seperti anak yang tidak mampu dalam bidang akademik maka akan berlaku sok jagoan kepada teman – temannya.

8) Identifikasi

Adalah tindakan menyamakan dirinya dengan orang lain yang populer untuk meningkatkan rasa harga diri seperti nama individu tersebut ditambahkan dengan nama seorang tokoh yang populer supaya individu tersebut menjadi orang yang terpendang juga.

h. Latihan pengalaman dimasa kanak – kanak berpengaruh penting pada perilaku masa dewasa dan diulangi dalam transferensi selama proses terapi.

4. Perilaku Bermasalah

Mekanisme pertahanan diri merupakan jalan pintas individu untuk mengatasi kecemasannya, namun hal tersebut bukan jalan yang tepat untuk menyelesaikan setiap masalah individu yang sedang dihadapi karena apabila mekanisme pertahanan diri dilakukan secara terus menerus maka individu tersebut akan merasa kecenderungan untuk melakukannya lagi.

Mekanisme pertahanan diri boleh dilakukan oleh individu, akan tetapi apabila sudah menjadi kecenderungan individu setiap mengalami masalah atau kegagalan memenuhi keinginannya dan selalu puas dengan cara ini maka akan menjadi dan merupakan perilaku yang salah dalam penyesuaian diri yang dalam jangka panjang sehingga dapat dikategorikan perilaku abnormal. Dalam Psikoanalisa klasik ada dua faktor yang menyebabkan perilaku abnormal, yaitu dinamika yang tidak efektif anatara id, ego, dan superego dan diperoleh melalui proses belajar sejak kecil.¹³

Dinamika yang tidak efektif antara id, superego dan ego ditandai oleh ketidakmampuan ego dalam mengendalikan keinginan – keinginan dan tuntutan moral. Ketidakmampuan pengendalian ini

¹³ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2008), hal.83

Tujuan konseling dalam pandangan Psikoanalisa adalah supaya individu mengetahui ego dan memiliki ego yang kuat (*ego strength*). Hal ini berarti bahwa klien akan menempatkan ego pada tempat yang benar yaitu sebagai pihak yang mampu memilih secara rasional dan menjadi mediator antara id dengan superego.

Tujuan tersebut secara lebih rinci dikemukakan oleh Nelson Jones dalam tiga hal yaitu bebas dari impuls, memperkuat realitas atas dasar fungsi ego, dan dapat mengganti superego sebagai realitas kemanusiaan dan bukan sebagai hukuman standar moral. Berdasarkan tujuan – tujuan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling dalam pandangan Psikoanalisa lebih sebagai proses reedukasi terhadap ego, dari yang sebelumnya terus tunduk pada impuls – impuls atau hukuman kode moralnya, menjadi lebih memiliki kekuatan ego.

Prochaska berpendapat bahwa dalam konseling Psikoanalisa terdapat dua bagian hubungan klien dengan konselor. Kedua hubungan itu adalah melakukan aliansi (*working alliance*) dan transferensi (*transference*). Keduanya memiliki fungsi yang berbeda dalam klien.

¹⁴ Latipun, *Psikologi Klien*, (Malang: UMM Press, 2008), hal.84

konselor dengan klien didasarkan atas kesepakatan mereka atas tujuan-tujuan dan tugas-tugas klien dan atas perkembangan dari keterikatannya.

Aliansi merupakan prakondisi untuk terjadinya keberhasilan yang dilakukan konselor, sejak sikap rasional ini diberikan klien untuk percaya dan bekerjasama dengan konselor. Konselor yang berhasil membangun hubungan aliansi dengan klien maka sangat memungkinkan lebih berhasil dalam proses selanjutnya. Selain melakukan aliansi konselor juga melakukan transferensi atau pengalihan segenap pengalaman klien dimasa lalunya terhadap orang – orang yang menguasainya yang ditujukan kepada konselor. Dalam proses konseling Psikoanalisa analisis transferensi merupakan hal yang sangat penting yang harus dilakukan karena transferensi membantu konselor untuk membimbing klien membedakan antara khayalan dengan realitas antara orang – orang yang telah menguasainya (*significant others*). Jadi transferensi dapat membantu klien untuk mencapai pemahaman tentang bagaimana dirinya telah salah dalam menerima, menginterpretasikan, dan merespon pengalamannya pada saat ini dalam kaitannya dengan masa lalunya.

Dalam hubungan ini, konselor perlu membangun hubungan yang hangat kepada kliennya dengan memberikan perhatian sepenuhnya untuk menjaga kepercayaan klien kepada konselornya. Dalam hal ini konselor menunjukkan keadaan yang *healthier* (sama dengan

c) Bekerja Melalui Tranferensi.

d) Resolusi Transferensi.

[illegible]

Teknik pokok dalam klien psikoanalisa adalah asosiasi bebas. Terapis memerintahkan klien untuk menjernihkan pikirannya dari pemikiran sehari-hari dan sebanyak mungkin untuk mengatakan apa yang muncul dalam kesadarannya. Yang pokok adalah klien mengemukakan segala sesuatu melalui perasaan atau pikiran dengan melaporkan secepatnya tanpa ada yang ditutupi. Asosiasi bebas merupakan salah satu metode pengungkapan pengalaman masa lampau dan penghentian emosi-emosi yang berkaitan dengan situasi traumatik di masa lalu. Hal tersebut dikenal dengan sebutan *katarisis*.

a. Asosiasi Bebas

Teknik pokok dalam klien psikoanalisa adalah asosiasi bebas. Terapis memerintahkan klien untuk menjernihkan pikirannya dari pemikiran sehari-hari dan sebanyak mungkin untuk mengatakan apa yang muncul dalam kesadarannya. Yang pokok adalah klien mengemukakan segala sesuatu melalui perasaan atau pikiran dengan melaporkan secepatnya tanpa ada yang ditutupi. Asosiasi bebas merupakan salah satu metode pengungkapan pengalaman masa lampau dan penghentian emosi-emosi yang berkaitan dengan situasi traumatik di masa lalu. Hal tersebut dikenal dengan sebutan *katarisis*.

asosiasi bebas. Selama asosiasi bebas tugas terapis adalah untuk

Cara terapinya yaitu konselor meminta klien berbaring di dipan khusus (*couch*) dan terapis duduk dibelakangnya, jadi posisi klien menghadap ke arah lain tidak bertatapan dengan terapis. Klien diminta untuk mengemukakan apa yang muncul dalam pikirannya dengan bebas, tanpa merasa terhambat, tertahan dan tanpa harus memilih mana yang dianggap penting atau tidak penting. Terapis atau konselor yang duduk di belakang dipan khusus pada dasarnya mendengarkan tanpa menilai atau memberi kritik dan memperlihatkan sikap ingin mengetahui lebih banyak tentang klien. Namun pada saat-saat tertentu, konselor dapat memotong asosiasi bebas yang sedang dikemukakan oleh klien bilamana dianggap penting untuk memperjelas hubungan-hubungan antara asosiasi-asosiasi satu sama lain.

Interpretasi merupakan prosedur dasar yang digunakan dalam analisis asosiasi bebas, analisis mimpi, analisis resistensi dan juga pada analisis transparansi. Interpretasi terdiri atas penetapan analisis, penjelasan, dan bahkan mengajar klien tentang makna perilaku yang dimanifestasikan dalam mimpi, asosiasi bebas, resistensi dan hubungan terapeutik itu sendiri. Terdapat beberapa

[illegible]

1) Interpretasi hendaknya disajikan pada saat gejala yang diinterpretasikan berhubungan erat dengan hal-hal yang disadari oleh klien.

3) Menetapkan resistensi pertahanan sebelum menginterpretasikan emosi atau konflik yang ada.

Analisis mimpi merupakan prosedur yang penting untuk membuka hal-hal yang tidak disadari dan membantu klien untuk memperoleh penjelasan kepada masalah-masalah yang belum terpecahkan. Selama tidur pertahanan menjadi lemah dan perasaan-perasaan yang tertekan menjadi muncul ke permukaan. Freud melihat bahwa mimpi sebagai *“royal to the uncouncious”*, dimana dalam mimpi semua keinginan, kebutuhan, dan ketakutan yang tidak disadari diekspresikan. Beberapa motivasi yang tidak diterima oleh orang lain dinyatakan dalam simbolik dari pada secara terbuka dan langsung.

e. Analisis Transferensi

Transferensi (pemindahan) terletak dalam arti terapi psikoanalisa dalam proses terapeutik pada saat dimana kegiatan-kegiatan masa lalu klien yang tidak terselesaikan dengan orang lain dapat berpengaruh terhadap kebiasaan konseli. Oleh karena itu, pada terapi ini konselor menggunakan teknik analisis transferensi dengan tujuan konseli dapat mengingat kejadian pada masa lalunya yang dapat menyebabkan konseli mempunyai kebiasaan *self injury* tersebut.

[illegible]

B. *Self Injury* (Melukai Diri Sendiri)

Menurut psikologi Id, *Self Injury* atau bisa disebut dengan *Self Harm* merupakan sebuah kelainan psikologis manusia dimana individu tersebut melukai dirinya sendiri. Aktivitas *self injury* dapat berupa mengiris, menggores, melukai, membakar kulit, dan mememarkan tubuh. Pada tingkat yang lebih akut, penderita dapat mematahkan tulang

Berdasarkan beberapa penelitian telah membuktikan bahwa keinginan melukai diri berhubungan dengan tingginya kemungkinan untuk melakukan *self injury*. Keinginan bunuh diri juga sudah diprediksi mempengaruhi perilaku melukai diri sehingga mungkin, keinginan melukai diri pun dapat mempengaruhi perilaku tersebut. Maka sangat mungkin berhubungan dengan bagaimana seseorang dapat meregulasi emosinya atau dapat menguatkan kepercayaan bahwa melukai diri dapat merubah keadaan emosionalnya.¹⁶ Berdasarkan beberapa pendapat mengenai *self injury* dapat difahami bahwa *Self Injury* adalah bentuk perilaku yang sengaja dilakukan remaja untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri dengan tanpa tujuan bunuh diri. *Self injury* juga dapat dikatakan sebagai bentuk dari pelampiasan atau penyaluran emosi yang sulit untuk diungkapkan dengan kata-kata, hal ini dilakukan karena sakit pada fisik mungkin lebih mudah disembuhkan dibandingkan sakit interpersonal.

¹⁶ Liba s Takwati, *Proses Regulasi Remaja Pelaku Self Injury*. Vol.1. No. 1. Jurnal. Program Studi Bimbingan dan Klien Universitas Negeri Yogyakarta

d. Menyampaikan perasaan

Seringkali pelaku *self injury* tidak berniat untuk sengaja menyakiti diri ataupun bunuh diri, namun *self njury* dapat dikategorikan sebagai pertanda adanya masalah dalam berkomunikasi. *Self injury* dilakukan sebagai cara mengkomunikasikan perasaan karena pelaku tidak mengetahui cara lain untuk mengkomunikasikannya.

Korban kekerasan baik fisik maupun emosional seringkali disalahkan atau direndahkan, hal ini menyebabkan korban merasa selalu salah hingga harus menghukum dirinya sendiri. Sebagai bentuk hukumannya, beberapa orang memilih untuk melakukan *self injury*.

masa remaja awal, 15 – 18 tahun adalah masa remaja pertengahan, dan 18 – 21 tahun adalah masa remaja akhir. Masa remaja dianggap sebagai masa yang sulit secara emosional dalam hal terkait perkembangannya, oleh karena itu ketika remaja konseli mulai memiliki kebiasaan untuk melukai dirinya sendiri dan pada akhirnya kebiasaan tersebut sering dilakukan meskipun konseli sudah menginjak usia dewasa. Penetapan status kedewasaan menurut psikologi sendiri kisaran umur 20 tahun hingga 45 tahun meskipun tingkat kedewasaan seseorang tidak selalu berbanding lurus dengan usia yang dimiliki. Sementara untuk perkembangan emosi usia dewasa, kecerdasan dan spiritual individu akan kembali pada bagaimana setiap individu tersebut mengatur hidupnya. Karakteristik kedewasaan individu akan terlihat apabila :

- a. Pribadi yang dewasa akan mampu menerima dan mensyukuri atas apapun yang telah Tuhan berikan kepadanya. Tidak akan merasa rendah diri atas kekurangan yang dimiliki termasuk sifat egois yang terlalu berlebihan dan individu tersebut mampu memanfaatkan segala kelebihan yang ada pada dirinya untuk melakukan kebaikan – kebaikan pada orang lain sehingga tidak akan sombong dan terus terpuruk dalam kegagalan.
- b. Pribadi yang dewasa mampu menerima saran atau masukan dari orang lain untuk dirinya, sedangkan pribadi yang belum dewasa secara emosi akan mencari alasan dari kegagalan mereka seperti menyalahkan orang lain bahkan tuhan atas kesalahannya sendiri.

- Masa dewasa merupakan suatu tahapan dalam kehidupan dimana seseorang seharusnya memenuhi standart kedewasaan manusia atas dasar nilai emosi, intelektual dan juga nilai spiritual. Sangat penting untuk dapat mengidentifikasi resiko-resiko buruk dalam dirinya yang mungkin terjadi dengan lebih awal agar intervensi yang tepat untuk meningkatkan kesehatan mental bisa diberikan kepada mereka. Salah satu tanda stress adalah melukai dirinya sendiri, melakukan percobaan bunuh diri, dan bunuh diri. Oleh karena itu, perlu adanya bimbingan yang mampu mengarahkan perkembangan emosi yang kurang tepat pada individu menuju hal-hal yang lebih positif untuk mencapai tujuan

4. Jenis – Jenis *Self Injury*

a. *Major self-mutilatin*

b. *Stereotypic Self Injury*

[illegible]

C. Konseling Psikoanalisa untuk Mengurangi *Self Injuri* (Meluai Diri)

Konsep klien yang berakar pada vocational guidance dan dipelopori oleh Frank Parson di Boston tahun 1908, telah berkembang sebagai layanan utama dalam pendidikan. Sebagai salah satu cabang ilmu klien juga memiliki beberapa pendekatan, salah satunya adalah

¹⁹ Samsul Munir, *Bimbingan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah. 2010), hal.10

Manusia memiliki kebutuhan yang mendorong pada suatu tindakan atau menghambat tindakan tersebut. Dalam pemenuhan kebutuhan tersebut terdapat dinamika yang berbentuk interaksi antara kekuatan – kekuatan psikis yang ada pada diri manusia yaitu instink dan pertahanan.²¹ Mekanisme pertahanan diri merupakan jalan pintas individu untuk mengatasi kecemasannya, namun hal tersebut bukan jalan yang tepat untuk menyelesaikan setiap masalah individu yang sedang dihadapi karena apabila mekanisme pertahanan diri dilakukan secara terus menerus maka individu tersebut akan merasa kecenderungan untuk melakukannya lagi. Mekanisme pertahanan diri boleh dilakukan oleh individu, akan tetapi apabila sudah menjadi kecenderungan individu setiap mengalami masalah atau kegagalan memenuhi keinginannya dan selalu puas dengan cara ini maka akan menjadi dan merupakan perilaku yang salah dalam penyesuaian diri yang dalam jangka panjang sehingga dapat dikategorikan perilaku abnormal.

²¹ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2008), hal.78

Psikoanalisa ini dan dengan menggunakan teknik interpretasi klien akan sangat efektif untuk membantu klien dapat mengidentifikasi apa penyebab dia merasa resah sehingga melakukan hal tersebut sekarang menjadi sebuah kebiasaan. Setelah klien mengetahui kecemasannya maka pendekatan Psikoanalisa ini akan bekerja mengurangi kecemasannya tersebut sehingga kebiasaan yang dilakukan saat ini secara perlahan akan berkurang.

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. Destiana Maidah, *Self Injury* Pada Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Pelaku Self Injury) Skripsi. Semarang : Fakultas

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. Destiana Maidah, *Self Injury* Pada Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Pelaku Self Injury) Skripsi. Semarang : Fakultas

- D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan**
1. Destiana Maidah, *Self Injury* Pada Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Pelaku Self Injury) Skripsi. Semarang : Fakultas

a) Isi Penelitian:

a) Isi Penelitian:

Penemuan bahwa perilaku *self injury* dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari latar belakang keluarga dan lingkungan dalam pembentukan kepribadian yang berhubungan dengan perilaku *self injury* yaitu kepribadian yang introvert, diri yang rendah, pola pemikiran yang kaku dan cenderung untuk tidak mengkomunikasikan perasaan. Bentuk *self injury* yang

b) Persamaan :

c) Perbedaan :

Penelitian ini bukan meneliti tentang upaya mengurangi *self injury*, melainkan tentang latar belakang, dinamika, bentuk perilaku, dampak serta karakteristik dari pelaku *self injury*. Responden berjumlah satu orang dan tiga orang informan. Teknik pengumpulan data selain menggunakan wawancara dan observasi, tetapi juga dilakukan perekaman dan penggunaan alat tes psikologi (DAP, BAUM dan HTP)

- [illegible]

a) Isi penelitian :

Meneliti tentang apakah ada pengaruh atau hubungannya dari tingkat kematangan emosi terhadap kecenderungan melakukan *self injury* pada remaja yang bersekolah di SMAN Negeri 11 Bekasi.

b) Persamaan :

Sama-sama meneliti tentang penyebab *self injury* pada remaja meski hanya dalam hal emosi.

c) Perbedaan :

Menggunakan metode penelitian kuantitatif, subjek berasal dari remaja pertengahan, latar belakang pelaku *self injury* hanya diteliti dari tingkat kematangan emosi serta tidak meneliti tentang cara penanganan *self injury*.

3. Rokhana, Siti. 2009. Analisis Tokoh Utama Dengan Teori *Pasikoanalisa* Simund Freud Pada Cerpen Hana. Skripsi. Jurusan Bahasa dan Sastra Asing. Fakultas Bahasa dan Seni. Universitas Negeri Semarang.

a) Isi penelitian:

Penelitian ini mendeskripsikan aspek psikologis tokoh utama dalam cerpen Hana “Naigu” dan faktor – faktor yang mempengaruhi kejiwaan dari tokoh “Naigu” menurut perspektik Psikoanalisa.

BAB III

PENYAJIAN DATA

a. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Keadaan Geografis

Lokasi penelitian berada di Margorejo Sawah Block E RT. 01 RW. 06 Kelurahan Margorejo Kecamatan Wonocolo Kota Surabaya dengan jumlah penduduk sebanyak 55 kartu keluarga yang terdiri dari 35 dewasa laki – laki, 60 dewasa perempuan, 10 lansia dan 25 tergolong anak – anak di bawah umur. Penduduk RT. 01 juga ada yang memanfaatkan rumahnya untuk disewakan sebagai kos – kosan atau ada sebagai kontrakan. Terkenal dengan lingkungan yang asri juga indah, warga RT.01 rutin mengikuti lomba green and clean bahkan tingkat kota dan pernah memenangi juara sebagai kampung terinovatif kategori berkembang. Luas wilayah RT. 01 adalah 7500m² dengan batasan wilayah :

Sebelah utara : RT. 02

Sebelah selatan : Jalan raya

Sebelah barat : RT. 03

Sebelah timur : Margorejo indah

2. Kondisi Pendidikan Masyarakat

Tingkat kemajuan pendidikan warga RT.01 Margorejo Sawah dapat dikategorikan sebagai masyarakat dengan pendidikan yang maju karena rata – rata pendidikan warganya adalah S1 meskipun ada juga yang

lulusan SMA, MA, atau bahkan SD tetapi hanya beberapa orang saja yang sudah lansia.

3. Kondisi Keagamaan Masyarakat

Mayoritas penduduk RT.01 menganut agama Islam. Dalam kehidupan sehari – hari, banyak diantara masyarakatnya masih teguh dengan adat istiadat dari agama islam seperti dilihat masih banyak masyarakat yang melakukan sholat berjamaah, mengikuti yasin dan tahlil, anak – anak juga aktif mengikuti TPQ di masjid dan sekolah.²²

b. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan seseorang yang memberikan bantuan kepada klien atau klien berupa arahan, nasihat atau penyuluhan dengan tujuan pemecahan masalah yang sedang dihadapi oleh klien dan supaya klien mencapai pengembangan optimal terhadap kemampuan yang dimilikinya. Konselor dalam penanganan kasus ini adalah peneliti sendiri. Peneliti seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya Prodi Bimbingan Konseling Islam.

Adapun biodata konselor yaitu :

Nama : Syahiba Nur Audhia

Tempat, Tanggal Lahir : Kediri. 12 Juli 1997

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Pendidikan : Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya

²² Wawancara dengan ketua RT. 01 Tanggal 14 Maret 2019

Riwayat Pendidikan :

SMP : MTsN 1 Kota Kediri

Adapun pengalaman – pengalaman yang telah didapat oleh konselor yaitu :

Konselor pernah menempuh mata kuliah bimbingan dan klienng, klienng keluarga, klienng individual dan kelompok, appraisal klienng dll. Konselor juga pernah melakukan praktikum klienng di RSI Jemursari Surabaya. Konselor juga pernah melakukan PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) di Yayasan Hotline Surabaya selama 1 bulan dan melaksanakan KKN (Kuliah Kerja Nyata) selama satu bulan di desa Bedoho Kabupaten Madiun.

1. Data Klient

Tempat Tanggal Lahir : Surabaya, 24 Mei 1995

Anak Ke : Anak PeRTama

Hobi : Menabung

Cita – Cita : Pengusaha

2. Latar Belakang Keluarga

Klien lahir di Surabaya, namun setelah klien TK klien di ajak pindah ke Pacitan untuk tinggal bersama dengan orang tuanya. Ayah klien bekerja di kelurahan dan ibu klien hanya sebagai ibu rumah tangga saja. Klien memiliki seorang adik laki – laki yang sekarang sedang kelas 3 SMP. Keluarga klien termasuk keluarga yang harmonis selayaknya keluarga di pedesaan yang hidup dengan sederhana.²³

3. Deskripsi Ekonomi Klien

Klien bekerja di salah satu mall di kota Surabaya sebagai marketing. Dengan gaji UMR kota Surabaya yang tergolong tinggi maka ekonomi klien dapat dikatakan sangat tercukupi terlebih lagi gaji tersebut hanya untuk menghidupi dirinya sendiri dan sesekali klien juga memberikan sedikit dari gajinya untuk kedua orang tuanya dan juga nenek kakeknya.

4. Deskripsi Lingkungan Klien

Lingkungan yang asri, banyaknya tumbuh – tumbuhan membuat klien dan keluarganya betah tinggal di margorejo sawah RT.01 sejak klien kecil. RT. 01 sendiri sering mengikuti lomba green and clean dan menjuarainya. Selain banyaknya tumbuh – tumbuhan yang membuat sejuk

²³ Wawancara dengan klien tanggal 10 Februari 2019

Kreatif dan aktif merupakan salah satu sifat yang dimiliki oleh klien, terbukti dengan klien memilih prodi pendidikan anak usia dini di kampusnya dulu, dimana jurusan tersebut sangat menuntut keaktifan dan tingkat kekkreatifannya. Selain itu klien juga bersifat mandiri, klien lebih memilih menyelesaikannya sendiri daripada harus menunggu orang lain karena klien berfikir kalau dia menunggu orang lain maka belum tentu orang yang di tunggu bisa mengerjakannya dengan baik dan tepat waktu.²⁴

Helper atau penolong, klien juga memiliki sifat tersebut sebagai contoh kecilnya ketika klien berada di rumah walaupun klien bukan anggota karangtaruna lagi tetapi klien masih aktif untuk membantu kegiatan – kegiatan di karang taruna tanpa imbalan. Selanjutnya klien juga bersifat kritis, selain pernah menjabat sebagai ketua karang taruna di daerahnya klien juga menjabat sebagai ketua himpunan mahasiswa prodi di kampusnya karena klien termasuk orang yang kritis menghadapi masalah dalam sesi diskusi bersama.²⁵

²⁵ Wawancara dengan teman klien tanggal 5 Maret 2019

Komunikasi dengan konseli sudah dilakukan sebelum melakukan pertemuan pertama dengan konseli. Pada saat itu konselor berkomunikasi via telepon dengan konseli untuk berkenalan dan menanyakan apakah konseli bersedia sebagai klien pada penelitian yang dilakukan oleh konselor. Selain itu konselor juga menjelaskan kepada konseli tentang tujuan utama seorang konselor dalam proses konseling itu untuk memberikan bimbingan atau pengarahan dengan maksud konseli dapat mengetahui penyebab kebiasaan buruknya sehingga konseli dapat bermuhasabah dengan harapan kebiasaan buruk dari konseli akan berkurang dan perlahan akan ditinggalkan. Konselor juga menjelaskan kepada konseli bahwa disini konselor juga masih harus banyak belajar lagi tentang ilmu konseling dan keberhasilan dari proses konseling sendiri tidak hanya bergantung pada konselor, akan tetapi usaha yang dilakukan konseli juga sangat berpengaruh terhadap hasil dari proses konseling ini. Pada pertemuan yang pertama konselor hanya berkenalan dan menanyakan pertanyaan sederhana tentang bagaimana kabarnya hari ini, tentang profesinya pada saat ini, bagaimana tips konseli mendapat gelar sarjana terbaik, selain itu konselor juga bercanda bersama – sama dengan konseli dan kekasihnya, meskipun konselor dan konseli sudah tertawa bersama – sama tetapi konseli masih terlihat canggung dan sangat membatasi jawabannya. Selama pertemuan berlangsung sekitar 30 menit sesekali konselor juga mengamati tangan konseli selama berbicara. Dan

Konseli	Nggak apa – apa kok.
Konselor	Soal yang kemarin kalau saya tanya – tanya lebih pribadi lagi nggak apa - apa kan mas tris?
Konseli	Iya nggak apa – apa .
Konselor	Mas tris kan kerja di mall sebagai marketing, sudah berapa bulan?
Konseli	Ya kurang lebih setahun lah
Konselor	Apa mas tris nyaman disana?
Konseli	Nyaman kok
Konselor	Owh alhamdulillah. Mas tris disini tinggal dengan?
Konseli	Sama nenek dan kakek? Keluarga di pacitan
Konselor	Owh begitu, selama sampean tinggal di surabaya pernah merasa nggak nyaman gitu? Atau merasa lebih baik tinggal di pacitan bareng keluarga saja?
Konseli	Enggak. Aku dari SMA sudah di surabaya dan masa kecil ku juga di surabaya. Aku sekolah TK disini dan SD baru dipindah ke pacitan
Konselor	Jadi sudah merasa nyaman ya dengan kota ini?
Konseli	Ya nyaman sih ya biasa aja sih.
Konselor	Kalau olahraga sampean suka nggak?
Konseli	Suka. Suka olahraga volly dan basket. Dari

	SMA juga ikut – ikut lomba
Konselor	Wihh hebat dong
Konseli	Ya alhamdulillah menang juga padahal wes tingkat antar kota
Konselor	Wahhh kalau sekarang masih aktif olahraga apa nggak?
Konseli	Kalau sekarang sih sudah enggak karena kan sudah sibuk kerja apalagi kerjanya gak pasti libur kapan jadi gak bisa olahraga
Konselor	Selain sibuk kerja, kebiasaan apa yang biasanya sampean lakuin ya minimal sehari sekali lah
Konseli	Saya sih suka nabung tapi yang biasanya saya lakuin itu kayak merenung. Biasanya malam – malam mau tidur saya mikir hari ini apa aja ya yang kurang yang seharusnya saya lakuin, mikir buat besok saya harus ngapain aja ya, pokoknya merenung gitu lah.
Konselor	Kalau membaca novel atau berita gitu suka nggak?
Konseli	Suka tapi novelnya tentang parenting gitu kalau cinta sih enggak. Dan berita juga suka sih apalagi tentang inovasi yang dilakukan anak muda itu kan bagus – bagus

Konselor	Kalau travelling suka ?
Konseli	Suka dan pasti milihnya ke pantai
Konselor	Pantai?
Konseli	Iya pantai, karena kan aku tinggal di dekat pantai dan kalau di surabaya yang dikangenin ya pantainya
Konselor	Mas tris punya sahabat? Kayak temen yang kemana – mana selalubareng dan selalu curhat ke dia.
Konseli	Punya tapi dulu waktu SMP
Konselor	Sampai sekarang masih sering hubungan ?
Konseli	Udah nggak
Konselor	Owhhh. Kalau ada waktu sampean leih suka keluar rumah apa di dalam rumah?
Konseli	Kalau gak ada yang penting banget lebh suka di dalam kamar sih. Nggak terlalu suka nngkrong – nongkrong soalnya.
Konselor	Dan tentang keluarga. Kangen nggak?
Konseli	Kangen
Konselor	Siapa yang paling disukai?
Konseli	Semua suka
Konselor	Aku sangat bersyukur terlahir di keluargaku karena?

<p>Konselor</p>	<p>wan Alhamdulillah ya, sampean punya yang baik, sampean pernah jadi lulus di kampus dan sampean juga punya prestasi biasa di bidang olahraga. Saya juga terima sampean mau berbagi waktu dan cerita juga kalau banyak kesalahan.</p>
-----------------	--

Selanjutnya konselor dan konseli tetap berbincang – bincang . selama pertemuan tersebut yang kurang lebih 30 menit melihat konseli melakukan kebiasaannya merobek kulit sebanyak satu kali saja karena selama kurang lebih 30 menit memberikan banyak pertanyaan kepada konseli sehingga sibuk menjawab pertanyaan dari konselor meskipun di

<p>Konselor</p>	<p>wan Alhamdulillah ya, sampean punya yang baik, sampean pernah jadi lulus di kampus dan sampean juga punya prestasi biasa di bidang olahraga. Saya juga terima sampean mau berbagi waktu dan cerita juga kalau banyak kesalahan.</p>
-----------------	--

Selanjutnya konselor dan konseli tetap berbincang – bincang . selama pertemuan tersebut yang kurang lebih 30 menit melihat konseli melakukan kebiasaannya merobek kulit sebanyak satu kali saja karena selama kurang lebih 30 menit memberikan banyak pertanyaan kepada konseli sehingga sibuk menjawab pertanyaan dari konselor meskipun di

<p>Konselor</p>	<p>wan Alhamdulillah ya, sampean punya yang baik, sampean pernah jadi lulus di kampus dan sampean juga punya prestasi biasa di bidang olahraga. Saya juga terima sampean mau berbagi waktu dan cerita juga kalau banyak kesalahan.</p>
-----------------	--

Selanjutnya konselor dan konseli tetap berbincang – bincang . selama pertemuan tersebut yang kurang lebih 30 menit melihat konseli melakukan kebiasaannya merobek kulit sebanyak satu kali saja karena selama kurang lebih 30 menit memberikan banyak pertanyaan kepada konseli sehingga sibuk menjawab pertanyaan dari konselor meskipun di

<p>Konselor</p>	<p>wan Alhamdulillah ya, sampean punya yang baik, sampean pernah jadi lulus di kampus dan sampean juga punya prestasi biasa di bidang olahraga. Saya juga tau sampean mau berbagi waktu dan cerita juga kalau banyak kesalahan.</p>
-----------------	---

Selanjutnya konselor dan konseli tetap berbincang – bincang . selama pertemuan tersebut yang kurang lebih 30 menit melihat konseli melakukan kebiasaannya merobek kulit sebanyak satu kali saja karena selama kurang lebih 30 menit memberikan banyak pertanyaan kepada konseli sehingga sibuk menjawab pertanyaan dari konselor meskipun di

Konselor memulai pertemuan yang ketiga ini dengan berbincang santai kepada konseli dengan harapan konseli lebih merasa nyaman dengan konselor. Konselor menanyakan tentang kabarnya bagaimana dan apakah hari ini menyenangkan bagi konseli atau tidak kemudian konseli menjawab kalau kabarnya baik – baik saja dan alhamdulillah hari ini juga baik-baik saja. Setelah itu konselor berbasa – basi dengan menceritakan kisah persahabatan yang dimiliki konselor

dengan kekasih dari konseli sendiri. Konselor menceritakan bahwa persahabatan konselor masih bertahan dan erat hingga saat ini lalu konselor juga mengatakan tentang kebaikan dari sahabat-sahabatnya kemudian konselor berbalik bertanya kepada konseli bagaimana tentang sahabat dari konseli. Konseli menceritakan bahwa nama sahabatnya adalah andi, dia orang yang baik. Andi sering membantu konseli ketika konseli membutuhkan sesuatu misalnya ketika konseli sedang tidak masuk sekolah lalu andi dengan suka rela meminjamkan buku pelajarannya kepada konseli dan andi adalah orang yang selalu bersama konseli di masa konseli SMP. Kemudian konselor menanyakan apakah hubungan kalian baik-baik saja? Dan konseli menjawab bahwa dirinya dan andi masih baik-baik saja hanya saja konseli sudah tidak berhubungan secara intens lagi dengan andi semenjak konseli pindah ke surabaya akan tetapi ketika konseli mudik ke pacitan biasanya konseli bermain ke rumah andi ataupun sebaliknya. Selama proses konseling selama 30 menit konselor berusaha menggali tentang andi yang merupakan satu – satunya sahabat konseli di masa lalu. Ketika konseli sedang menceritakan kebaikan dari andi, konselor melihat konseli sedang melakukan kebiasaan yaitu merobek kulit ibu jarinya dan ketika konseli menyadari konselor sedang melihat perbuatan tersebut konseli segera menghentikannya, akan tetapi setelah beberapa saat konseli kembali melakukan kebiasaannya yaitu merobek kulit ibu jari tetapi yang

c. Bekerja Melalui Transferensi

[illegible]

Konseli W menceritakan tentang keluarganya bahwa keluarganya adalah keluarga yang harmonis layaknya keluarga yang lainnya juga, pasti ada bertengkar tapi tidak sering dan hanya masalah sepele dan hal tersebut tidak pernah berlangsung lama. Ayah konseli merupakan seorang ayah yang terlihat sangat tegas tetapi sangat penyayang. Konseli W ingat ketika dahulu konseli pergi kemanapun konseli selalu diantar oleh ayahnya walaupun ayahnya terlihat lelah sehabis pulang kerja. Ibu konseli adalah seorang ibu rumah tangga biasa yang sangat sabar dan menyayangi keluarganya layaknya seorang ibu biasanya dan adiknya sekarang seang kelas 1 SMP SLB di pacitan karena adiknya adalah salah satu anak yang istimewa yaitu penderita *down sindrom* tetapi keluarganya tidak pernah pilih kasih dan menyamaratakan semuanya sehingga konseli merasa semua baik-baik saja. Selama konseli menceritakan tentang keluarganya konselor mengamati konseli dan konseli terlihat baik – baik saja , konseli juga tidak menyobek kulitnya.

Setelah konseli terlihat lebih nyaman dengan konselor, kemudian konselor menanyakan tentang pengalaman yang kurang disenangi dari masa lalu. Mendengar pertanyaan tersebut konseli langsung melihat konselor lalu menundukkan pandangannya. Kemudian konselor bercerita bahwa dulu ketika SMP konseli pernah menjadi korban *bullying* oleh teman-temannya karena waktu itu berat badan konseli mencapai 82 kg. Konseli disebut macam – macam mulai dari hewan hingga benda mulai dari gajah hingga tronton akan tetapi konseli tidak pernah melawan konseli hanya diam saja dan berusaha tersenyum. Kemudian konselor menanyakan apakah itu alasan andi dan konseli bisa bersahabat dengan baik karena ketika orang lain membully tetap andi justru menganggap teman? kemudian konselipun mengiyakan. Konselor bertanya kepada konseli, ketika konseli sedang menjadi korban kenapa konseli tidak melawan atau menunjukkan ke mereka bahwa konseli kurang merasa nyaman dengan kata – kata mereka dan konselipun menjawab bahwa dia lebih memilih untuk diam karena tidak mau memperpanjang masalah jika dia meladeni kata – kata temannya walaupun dia sedang tersakiti. Kemudian konselor bertanya apakah hal tersebut menjadi awal konseli melakukan kebiasaan tersebut? Konseli menjawab kalau dia tidak ingat apakah benar hal tersebut alasannya tetapi yang konseli ingat bahwa konseli melakukan kebiasaan tersebut ketika SMP. Karena waktu pertemuan dengan konseli sudah habis maka konseling hari ketiga ini segera diakhiri

d. Resolusi Transferensi

Konselor menanyakan apakah konseli ingat siapa saja nama – nam mereka dan konselipun ternyata masih ingat kemudian menjawab yang paling sering itu namanya adalah aldo, agus, dodik dan raka. Kemudian konselor bertanya seandainya saat itu kamu mengatakan kepada mereka kalau kamu merasa keberatan jika diejek seperti itu kira – kira ada perubahan enggak? Kemudian konseli menjawab mungkin sebenarnya mereka adalah teman yang baik kalau diingat – ingat mereka hanya menjadikan tubuh konseli sebagai bahan

bercandaan saja dan tidak ada niat lain buktinya ketika saat itu konseli mendapat tugas kelompok dengan aldo dan raka, mereka sama – sama membantu dan saling bekerjasama karena tugas tersebut adalah tugas kesenian jadi membutuhkan kerjasama. Konselor bertanya lagi apakah ada kemungkinan yang lain yang akan terjadi? Kemudian konseli menjawab mungkin konseli tidak perlu merasa minder lagi dengan orang lain karena mungkin secara tidak langsung hal dimasa lalu yang mempengaruhi konseli kadang berusaha menarik dirinya ketika menghadapi sesuatu dan andai saja saat itu konseli terbuka tentang perasaannya kepada teman – temannya mungkin sampai sekarang dia juga akan menjadi pribadi yang lebih terbuka lagi kepada orang lain. Mendengar jawaban tersebut konselor merasa lega karena konseli sudah mau terbuka hati dan dikirannya kemudian konselor mengajak konseli untuk bermuhasabah karena muhasabah adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata hidup, memilah sifat – sifat yang seharusnya dimiliki dan dijaga serta yang seharusnya dihilangkan. Konselor mengajak konseli berfikir tentang apa saja yang harus diperbaiki dari masa lalu, kemudian konseli mengatakan bahwa dia harus bisa bersikap terbuka lagi dengan orang lain, dan ketika dia merasakan sakit seharusnya dia mengatakan kepada orang lain kalau dia sedang terluka namun apabila dia lebih memilih untuk diam maka dia harus mengikhlaskan tidak hanya memendamnya saja karena hal tersebut dapat berakibat buruk untuk masa depannya. Konseli juga

mengatakan mungkin saya memiliki kebiasaan ini karena dari dulu saya berusaha memendam sakit hati. Kemudian konselor kembali meyakinkan konseli apakah saat ini konseli sudah merasa lega atau mungkin masih ada uneg – ubeg lagi? Konselipun menjawab alhamdulillah lega kemudian konselor pun menyarankan konseli ketika konseli secara tidak sadar melakukan kebiasaannya bagaimana kalau konseli segera beristighfar supaya konseli merasa lebih lega lagi. Setelah mendengar saran dari konselor, konseli mengiyakan dan konselipun tersenyum kemudian mengatakan bahwa lucu sekali pemikirannya jaman dulu ya kenapa Cuma gara-gara saya bertubuh gendut membuat saya membenci teman-teman yang mengolok-olok saya tubuh saya. Padahalkan nggak ada yang salah jika Allah memberikan saya tubuh gendut atau kurus semua tetap harus disyukuri dan terlebih lagi saya nggak nyangka kalau hal tersebut adalah penyebab kebiasaan buruk saya. Kemudian konselor dan konseli berpamitan pertanda waktu konseling sudah selesai. Selain melakukan pertemuan dengan konseli, konselor juga memantau lewat hp, sekedar menanyakan kabar dari konsel dan bagaimana perubahannya apakah konseli masih sering melakukan kebiasaan tersebut atau tidak. Kemudian konseli menjawab apabila dirinya sudah jarang melakukan perbuatannya jika dihitung selama satu minggu ini dia melakukan kebiasaannya hanya tiga kali saja. Kemudian konselor juga menanyakan kepada kekasih konseli, dan kekasihnya pun

Untuk melihat perubahan dari konseli, konselor melakukan observasi dan wawancara. Adapun perubahan konseli sesudah melakukan proses bimbingan konseling Psikoanalisa dengan teknik analisis transferensi dan muhasabah diri adalah berkurangnya kebiasaan konseli yang biasanya konseli melakukan kebiasaanya sehari 2 sampai 3 kali sekarang seminggu hanya 3 kali saja. Konseli mulai menyadari bahwa dia harus terbuka akan lukanya, jika konseli sedang terluka maka konseli harus mengatakan bahwa dia terluka dan ketika konseli memilih untuk diam maka konseli harus berusaha mengikhlaskannya bukan hanya memendamnya saja karena hal tersebut bisa berdampak buruk untuk masa depannya nanti.

Berdasarkan dari proses konseling konselor melihat dan mengamati bahwa ada perubahan yang dialami oleh konseli. Konselor

ANALISIS DATA

A. Analisis Proses Pelaksanaan Konseling *Psikoanalisa* Untuk Mengurangi *Self Injury* (Melukai Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan di Surabaya

Pada langkah pertama, peneliti sekaligus sebagai seorang konselor terlebih dahulu mengumpulkan data dengan cara konselor membangun hubungan dengan konseli untuk mendapatkan trust atau kepercayaan dari konseli dan informan lainnya. Setelah konselor mengumpulkan data – data, pada akhirnya konselor mengetahui bahwa konseli memiliki kebiasaan yang disebut dengan *self injury* dengan jenis *superficial self – mutilatin* dan setelah

mengumpulkan data berupa wawancara ternyata konseli tidak mengetahui penyebab dari kebiasaannya tersebut. Sehingga konselor mengambil keputusan untuk menerapkan konseling psikoanalisa kepada konseli dengan harapan konseli dapat mengetahui penyebab pasti dari kebiasaannya tersebut kemudian konseli dapat mengurangi kebiasaan tersebut. Peneliti berhasil melakukan pengumpulan data sebagaimana tahap pertama dalam konseling psikoanalisa yaitu tahap pembukaan.

Pada langkah yang kedua yaitu pengembangan dan analisis transferensi merupakan inti dalam konseling psikoanalisa ini. Pada langkah yang kedua ini peneliti atau konselor mengamati transferensi – transferensi yang telah diberikan konseli kepada konselor. Menindaklanjuti transferensi yang diberikan konseli pada pertemuan sebelumnya maka pada tahap ini konselor memfokuskan pertanyaan tentang masa lalunya. Transferensi yang di amati konselor pada pertemuan ini adalah masa lalu konseli dengan sahabatnya yang bernama andi.

Pada langkah yang ketiga yaitu bekerja melalui transferensi. Peneliti atau konselor pada tahap ini terus berusaha memahami dinamika kepribadian yang ditunjukkan oleh konseli. Pada dasarnya tahap ini dapat tumpang tindih dengan tahap sebelumnya karena pada tahap ini transferensi yang diberikan oleh konseli terus berlangsung. Pada tahap ini konseli lebih terbuka lagi dengan konselor dan menceritakan masa lalunya sehingga konselor dapat mengetahui bahwa ternyata konseli memiliki kenangan yang kurang baik yaitu konseli pernah menjadi korban bulliying ketika konseli SMP.

Perbandingan teori dengan proses pelaksanaan dilapangan langsung

[illegible]

[illegible]

Mekanisme pertahanan yang dilakukan oleh konseli terjadi karena id konseli yang merasa sangat tidak nyaman menjadi korban *bullying* ketika konseli menempuh pendidikan SMP berbenturan dengan superego konseli yang memiliki prinsip moral apabila konseli melawan, maka masalah akan menjadi semakin besar dan membuat pertemanan konseli dengan teman – teman sekelasnya menjadi renggang. Karena dorongan dari superego yang sangat keras membuat konseli melakukan mekanisme pertahanan yang bersifat negatif yaitu regresi. Regresi atau melangkah mundur merupakan tindakan yang diambil konseli ketika konseli tidak nyaman, kemudian konseli melakukan tindakan menggigit kulit ibu jari yang seharusnya kegiatan tersebut dilakukan ketika masa kanak-kanak. Ketika konseli menggigit ibu jarinya konseli merasa nyaman dan secara tidak sadar kegiatan tersebut terus dilakukan oleh konseli hingga kegiatan tersebut menjadi sebuah kebiasaan dari konseli sekarang, padahal kegiatan tersebut merupakan *self injury* dan dapat berdampak buruk apabila dilakukan terus menerus.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 90

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dikemukakan saran – saran sebagai berikut :

Konselor lebih banyak lagi membaca buku, mencari lebih banyak lagi pengalaman konseling sehingga dalam melakukan proses konseling mendapatkan hasil yang lebih memuaskan lagi dan dapat membantu orang-orang sekitar yang membutuhkan lebih banyak lagi.

Terdapat dua pilihan untuk memenangkan kehidupan yaitu keberanian atau keikhlasan. Jika kamu tidak berani maka ikhlaskanlah dan jika kamu tidak ikhlas maka beranilah mengubahnya.

[illegible]

Konseli	Owhh iyaa.
Konselor	Sebelumnya saya juga minta maaf kalau beberapa hari kedepan saya mengganggu waktu istirahatnya sampean
Konseli	Nggak apa-apa santai saja
Konselor	Owh iya sekarang sampean kerjanya dimana?
Konseli	Di Tunjungan Plaza
Konselor	Wow, sebagai apa mas?
Konseli	Marketing
Konselor	Marketing apa mas?
Konseli	HP Xiomi
Konselor	Sudah lama ya kerja disitu?
Konseli	Habis wisuda kemarin trus ketrima disitu
Konselor	Wah hebat dong habis wisuda langsung dapet kerja
Konseli	(senyum)
Konselor	Oiya, bukannya kemarin sampean itu wisudawan terbaik ya? Selamat ya
Konseli	Iyaa makasih
Konselor	Tipsnya apa mas ?

Konselor	Assalamualaikum mas tris? Bagaimana kabarnya?
Konseli	Walaikumsalam. Alhamdulillah baik
Konselor	Maaf loh ini ganggu lagi waktunya. Hehe
Konseli	Owh iyaaa nggak apa – apa kok. Santai aja (senyum)
Konselor	Sebelumnya makasih loh ya sudah mau diriwehin lagi . hehe
Konseli	Nggak apa – apa kok.

Konselor	Soal yang kemarin kalau saya tanya – tanya lebih pribadi lagi nggak apa - apa kan mas tris?
Konseli	Iya nggak apa – apa .
Konselor	Mas tris kan kerja di mall sebagai marketing, sudah berapa bulan?
Konseli	Ya kurang lebih setahun lah
Konselor	Apa mas tris nyaman disana?
Konseli	Nyaman kok
Konselor	Owh alhamdulillah. Mas tris disini tinggal dengan?
Konseli	Sama nenek dan kakek? Keluarga di pacitan
Konselor	Owh begitu, selama sampean tinggal di surabaya pernah merasa nggak nyaman gitu? Atau merasa lebih baik tinggal di pacitan bareng keluarga saja?
Konseli	Enggak. Aku dari SMA sudah di surabaya dan masa kecil ku juga di surabaya. Aku sekolah TK disini dan SD baru dipindah ke pacitan
Konselor	Jadi sudah merasa nyaman ya dengan kota ini?
Konseli	Ya nyaman sih ya biasa aja sih.
Konselor	Kalau olahraga sampean suka nggak?
Konseli	Suka. Suka olahraga volly dan basket. Dari SMA juga ikut – ikut lomba
Konselor	Wihh hebat dong

Konseli	Ya alhamdulillah menang juga padahal wes tingkat antar kota
Konselor	Wahhh kalau sekarang masih aktif olahraga apa nggak?
Konseli	Kalau sekarang sih sudah enggak karena kan sudah sibuk kerja apalagi kerjanya gak pasti libur kapan jadi gak bisa olahraga
Konselor	Selain sibuk kerja, kebiasaan apa yang biasanya sampean lakuin ya minimal sehari sekali lah
Konseli	Saya sih suka nabung tapi yang biasanya saya lakuin itu kayak merenung. Biasanya malam – malam mau tidur saya mikir hari ini apa aja ya yang kurang yang seharusnya saya lakuin, mikir buat besok saya harus ngapain aja ya, pokoknya merenung gitu lah.
Konselor	Kalau membaca novel atau berita gitu suka nggak?
Konseli	Suka tapi novelnya tentang parenting gitu kalau cinta sih enggak. Dan berita juga suka sih apalagi tentang inovasi yang dilakukan anak muda itu kan bagus – bagus
Konselor	Kalau travelling suka ?
Konseli	Suka dan pasti milihnya ke pantai
Konselor	Pantai?
Konseli	Iya pantai, karena kan aku tinggal di dekat pantai dan kalau di surabaya yang dikangenin ya pantainya

Konselor	Mas tris punya sahabat? Kayak temen yang kemana – mana selalubareng dan selalu curhat ke dia.
Konseli	Punya tapi dulu waktu SMP
Konselor	Sampai sekarang masih sering hubungan ?
Konseli	Udah nggak
Konselor	Owhhh. Kalau ada waktu sampean leih suka keluar rumah apa di dalam rumah?
Konseli	Kalau gak ada yang penting banget lebh suka di dalam kamar sih. Nggak terlalu suka nngkrong – nongkrong soalnya.
Konselor	Dan tentang keluarga. Kangen nggak?
Konseli	Kangen
Konselor	Siapa yang paling disukai?
Konseli	Semua suka
Konselor	Aku sangat bersyukur terlahir di keluargaku karena?
Konseli	Mereka semua baik.
Konselor	Alhamdulillah ya sampean diberikan keluarga yang harmonis. Oiya sampean kan sibuk kerja selain kerja sampean punya kesibukan apa
Konselor	Wah Alhamdulllah ya, sampean punya keluarga yang baik, sampean pernah jadi lulusan terbaik di kampus dan sampean juga punya prestasi luar biasa di bidang olahraga. Saya juga terimakasih sampean mau berbagi

Konselor	Assalamualaikum mas tris?
Konseli	Waalaikumsalam dek
Konselor	Bagaimana kabarnya mas?
Konseli	Alhamdulillah baik, kamu?
Konselor	Alhamdulillah baik juga
Konseli	(senyum)
Konselor	Apakaha hari ini menyenangkan?
Konseli	Alhamdulillah hari ini baik – baik saja, seperti hari – hari biasanya.
Konselor	Owh iya mungkin kemarin sampean belum terlalu jelas tentang aku dan intan. Aku dan intan itu temenan sudah sejak MTs. Berarti sekitar kurang lebih sepuluh tahun lah. Tetapi meskipun kita sudah 10 tahun kita tetap bersahabat hingga sekarang. Kalau sampean punya sahabat nggak kayak seperti aku sama intan gitu?

Konseli	Sahabat?
Konselor	Iya sahabat, seperti teman tapi lebih dekat
Konseli	Owhh punya, namanya Andi
Konselor	Kalau boleh tau sedekat apa sampean sama andi?
Konseli	Dekat banget , dulu. Dia orang yang sangat baik. Andi dulu sering membantu aku ketika sedang kesusahan. Misal dulu ketika aku tidak masuk sekolah andi selalu meminjamkan buku pelajarannya supaya aku tidak ketinggalan pelajaran. Dan dulu aku selalu sama dia kemana – mana.
Konselor	Dulu itu kelas berapa ya?
Konseli	Ketika SMP
Konselor	Lalu apakah persahabatan kalian masih sama sampai sekarang seperti aku dan intan?
Konseli	Kalau baik sih iya, ketika aku pulang ke pacitan kalau lagi enggak mager dirumah biasanya aku main ke rumahnya. Tapi dalam berhubungan sekarang sudah nggak seintens dulu sejak aku pindah ke surabaya
Konselor	Owhh begitu, hal lain apa tentang andi yang sangat berkesan yang sampean inget terus?

Konseli	Biasanya dulu kita naik sepeda bersama berangkat sekolah dan pulang sekolah kalau aku nggak dianter sama bapak aku biasanya nebeng ke dia. Walaupun dia harus muter balik buat njemput aku tapi dia tidak pernah ngeluh
Konselor	Wah baik sekali dong dia
Konseli	Iya dia memang baik banget. Ketika aku lupa nggak bawa uang jajan biasanya dia membagi makanannya denganku begitupun sebaliknya. Sebagai teman dia nggak perhitungan juga.
Konselor	Baik ya andi itu?
Konseli	Iya aku beruntung punya sahabat kayak andi
Konselor	Selain andi sampean punya sahabat lain nggak
Konseli	Nggak ada yang sedekat andi, Cuma teman biasa
Konselor	Jadi hanya andi yang sampean anggap dekat banget selayaknya sahabat?
Konseli	Iya , sahabatku ya hanya andi
Konselor	Emang terakhir pean pulang ke pacitan kapan?
Konseli	Kemarin pas lebaran idul fitri, tahun kemarin berarti.

	Lama banget ya ternyata. hehe
Konselor	Kalau seandainya pean besok pulang ke pacitan, hal apa yang akan pean lakuin
Konseli	Biasanya ya main sama adek, sama keluarga. Kalau liburnya lama masih banyak waktu ya main ke rumah andi.
Konselor	Owhh begitu, oiya mas waktunya sudah 30 menit. Berarti pertemuan hari ini harus saya akhiri. Terimakasih banyak ya mas atas waktunya. Terimakasih juga sudah mau menceritakan sedikit tentang sahabatnya . hehe
Konseli	Sama – sama dek, kalau mau tanyak- tanyak ndadak langsung chat aja nggak apa- apa tapi ya nggak jamin langsung dijawab soalnya kan di tempat kerja nggak boleh bawa hp. Jadi kalau sempat tak jawab.
Konselor	Iyaaa mas , makasih. Have fun ya kecannya. Hehehe
Konseli	Siaaaapppppppp
Konselor	Assalamualaikum, salam ke intan.
Konseli	Waalaikumsalam

4. Pertemuan keempat (20 APRIL 2019)

Konselor	Assalamualaikum mas tris?
Konseli	Waalaikumsalam dek
Konselor	Bagaimana kabarnya hari ini mas?
Konseli	Alhamdulillah baik
Konselor	Oiyaa nanti sampean mau keluar sama intan ya?
Konseli	Iyaa ini sudah janji juga
Konselor	Laggeng terus ya mas, semoga cepat nikah, pengen punya ponakan baru nih. Hehehe
Konseli	Aamiin, doanya ya.
Konselor	Siiiaaapppppp, oiya ada berita yang lagi viral tentang aspal tau?
Konseli	Yang di luar negri itu?
Konselor	Yupssss keren ya?
Konseli	Iyaaa bisa nyerep air jadi gak mudah banjir, semoga saja di indonesia bisa kayak gitu secepatnya
Konselor	Aamiin setuju banget terutama surabaya, keren itu.
Konseli	Iyaaa jadi gak ngerasain lagi kecipatan air banjir itu

	menyedihkan.
Konselor	Tapi kan banjir atau cipratan air banjir itu akan berkesan ketika kita nggak di Surabaya lagi, pasti nanti itu salah satu yang dikangenin
Konseli	Iya sih bener juga
Konselor	Nah bicara tentang kenangan, kenangan apa yang indah yang indah banget dah pokoknya,
Konseli	Emmm apa yaa, pas pertama kali diajarin sepeda sama bapak. Itu pengalaman terbaik di hidup aku yang gak akan ku lupain
Konselor	Kok bisa?
Konseli	Enggak tau, seneng aja.
Konselor	Kalau boleh tau sedekat apa sih bapaknya sampean sama pean?
Konseli	Nggak terlalu dekat banget sih tapi kalau bisa dikatakan keluargaku termasuk keluarga yang harmonis.
Konselor	Harmonis?
Konseli	Iya harmonis. Kalaupun bertengkar sih pasti pernah lah ya itu wajar tapi ya Cuma masalah sepele aja Cuma

	sebentar terus baikan lagi
Konselor	Kalau sosok bapak dimata pean belia seperti apa?
Konseli	Beliau orang yang baik, baik banget malah. Bapak itu terlihat orang yang sangat tegas bagi orang yang nggak kenal bapak. Tapi dimataku bapak itu orang yang penyayang banget. Bapak selalu nganterin aku kemanapun aku mau walaupun itu setelah pulang kerja perginya tapi bapak nggak pernah nolak tuh.
Konselor	Kalau ibu?
Konseli	Ibu juga begitu, baik banget. Ibuku itu hanya ibu rumah tangga biasa tapi beliau saabar dan penyayang banget. Sebenere ibu beberapa kali negur tentang kebiasaanku ini tapi aku tetep ae. Heheh . Makanya aku beruntung punya ortu mereka.
Konselor	Wah alhamdulillah ya sampean beruntung punya mereka.
Konseli	Iyaa (senyum)
Konselor	Oiya bukannya sampean juga punya adik?
Konseli	Punya satu adik , dia kelas 1 SMP SLB. Itu juga yang aku kagum dari ortuku mereka nggak ngebedain aku

	dengan adikku.
Konselor	Wahh hebat ya mereka?
Konseli	Iyaaa hehe
Konselor	Nah kan tadi udah bahas pengaaman terbaik, kalau pengalaman terburuk yang pernah pean alamin ada nggak?
Konseli	Ada sih
Konselor	Kalau boleh tau tentang apa tuh?
Konseli	Jadi gini, dulu ketika SMP aku pernah jadi korban bulliying, ya bisa dikatan begitu sih.
Konselor	Korban bulliying?
Konseli	Iyaaa , dulu itu aku gemuk bahkan gemuk banget deh. Hmmm sektar 82kg kalau nggak salah.
Konselor	Owhhh jadi gara-gara pean gemuk pean dibully?
Konseli	Iyaaa mereka itu ngata – ngatain macam – macam mulai gajah sampai tronton.
Konselor	Lalu apa yang pean lakuin?
Konseli	Nggak ada selain hanya tersenyum saja

Konselor	Owhh apaka itu alasan pean bisa dekat dengan andi?
Konseli	Iyaaa karena disaat orang lain membully andi tetap menganggapnya teman. Walaupun mereka hanya bercanda tetapi andi tidak pernah bercanda seperti itu ke aku.
Konselor	Apakah pean tidak mencoba melawan teman – teman ketika pean jadi korban? Atau mungkin sekedar menyatakan bahwa hati pean tersakiti oleh kata – kata mereka.
Konseli	Aku Cuma bisa tersenyum dan pura-pura baik-baik saja. Karena aku nggak mau memperpanjang masalah dengan terus meladeni mereka
Konselor	Apakah hal tersebut adalah awal pean melakukan kebiasaan tersebut?
Konseli	Entah, aku tidak ingat juga. Yang jelas itu pengalaman terburuku.
Konselor	Owhh jadi begitu.
Konselor	Yasudah mas karena intan sudah datang kebetulan waktunya juga sudah habis jadi monggo dilanjut kencannya. Makasih banyak ya

Konseli	SMP ku dulu ya gitu, selama 3 tahun ak sekelas sama mereka jadi selama 3 tahun juga aku dikata – katain
Konselor	Dikata-katain seperti apa?
Konseli	Yah misal ketika guru mat sedang bikin lingkaran yang besar terus ada temnku yang bilang kok kayak tubuhnya tris ya? Trus mereka ketawa
Konselor	Owhh lalu?
Konseli	Ya yang kayak kmrin aku ceritaain ada gambar gajah , namaku lagi disebut.
Konselor	Apakah pean ingat siapa saja yang membully pean?
Konseli	Namanya aldo, agus, dodik, dan rakka.
Konselor	Seandainya sat itu pean memberanikan diri mengatakan kepada mereka kalau pean keberatan dengan kata – kata mereka, apakah terjadi perubahan enggak?
Konseli	Mungkin. Sebenarnya mereka adalah teman yang baik. Mereka hanya menjadikan tubuh konseli sebagai candaan saja. Tetapi ketika mereka mendapat tugas elompok denganku mereka adalah teman yang baik. Mereka bisa jadi tim yang baik denganku.
Konselor	Lalu apakah ada kemungkinan lain yang terjadi lagi?

	<p>langsung hal dimasa lalu pasti berpengaruh ke masa</p> <p>Dan andai aja saat itu aku berani mengatakan kepada mereka bahwa aku terluka dengan kata – kata mereka mungkin saat ini aku bisa lebih terbuka kepada orang baru.</p>
Konselor	<p>Jadi menurut pean apa yang seharusnya diperbaiki di masa lalunya pean tersebut?</p>

	<p>marah ke orang lain tetapi pean nggak berani untuk mengungkapkannya pean beristighfar, pegang dada terus tersenyum? Karena dengan beristighfar itu aa banyak sekali termasuk mendatangkan ampunan ALLAH, ditambahkan kekkuatannya, diberi kenikmatan yang baik terus menerus, menolak bencana dan bal, dan masih banyak lagi</p>
Konseli	<p>Okeelahn akan tak coba. Tetapi kalau diingat –ingat lucu seali pemikirannya jaman dulu. Bagaimana bisa aku benci ke mereka padahal mereka hanya menjadikan tubuhku bahan tertawaan saja. Dan yang dikatakan mereka itu benar. Aku kan memang gendut. Tapi kenapa aku marah? Dan terlebih lagi aku nggak nyangka hal itu membuatku punya kebiasaan tersebut.</p>
Konselor	<p>Alhamdulillah kalau sekarang pean sudah menyadarinya. Oiya sampean kan kemarin bilang kalau alah satu hobi pean ada intropeksi diri ketika sendiri, itu kan termasuk muhasabah ya gimana kalau ketika bermuhasabah sampean nggak hanya merencanakan apa yang harus dilakukan kedepannya tetapi apa yang menyakiti pean sekarang berusaha untu dimaafkan karena menyimpan dendam itu tidak baik, apalagi dendam itu disimpan lama</p>

	– lama pasti berdampak tidak baik juga. Kunci kemenangan dalam hidup itu hanya 2 yaitu keberanian dan keikhlasan. Jika kamu tidak berani maka ikhlaskanlah jika kamu tidak ikhlas maka berani lah.
Konseli	Iyaaa makasih ya dek, saya akan berusaha mencobanya
Konselor	Iya mas, semoga sampean bisa istiqomah dan kebiasaanya sampean bisa berkurang
Konseli	Aamiin
Konselor	Karena eman, kalau kebiasaan tersebut diteruskan. Karena kebiasaanya sampean termasuk kategori self injury atau melukai diri sendiri dimana para ulama berpendapat bahwa hal tersebut haram, berart berdosa bagi pean.
Konseli	Iyaa sebenarnya aku juga pernah mikir gitu , tapi gimana lagi nyaman saat aku melakukannya.
Konselor	Yang namanya dosa kan pasti nikmat rasanya, hehehehe
Konseli	Iyaa juga sih.
Konselor	Oiya dan parahnya lagi pean bisa terkena OCD loh kalau itu semakin parah, jadi pean harus berusaha meminimalisir kebiasaan tersebut. Bismillah bisa, pean

Jl. A. Yani 117 Surabaya, Kode Pos 60237, Telp. (031) 8437987
Fax. (031) 8482245 e-mail: fdk@uinsby.ac.id

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

NO.	TANGGAL	MATERI	TANDA TANGAN MAHASISWA
1.	14 Januari 19	Revisi BAB 1	
		Lanjutan BAB 2	
2.	2 Februari 19	Revisi definisi konsep	
		Revisi latar belakang	
3.	10-2-19	Perbaiki dan rapikan lagi sesuai TPK1	
4.	11. Maret 19	Diberikan penegasan di akhir	
5.	20 April 19	Deskripsikan perilaku self injury dengan detail pada BAB 3.	
6.	15 Mei 19	Rapikan BAB 3 sampai selesai dan lanjutkan BAB 4	
7.	12 Juli 19	Rapikan BAB 2 dan BAB 3 sesuaikan dengan konseling Psikoanalisa	
8.	20 Juli 19	Perbaiki evaluasi hasil, analisa disesuaikan	
9.	24 Juli 19	Acc skripsi	
10.			
11.			
12.			

[digilib.uinsby.ac.id](#)